

Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования  
Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи  
Колпинского района Санкт-Петербурга

**ПРИНЯТ**

на заседании  
педагогического совета  
протоколом от 24.08.2020 г.  
№ 1

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор ГБУДО ЦППМСП  
Колпинского района СПб

О.В.Гюнинен

Приказ от 26.08.2020 № 112-0



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая  
программа**

**«Учимся общаться без конфликтов»**

Возраст учащихся: 11-13 лет  
Срок реализации: 2020 – 2021 учебный год

Разработчик:  
педагог-психолог  
Фефилова М.В.

Санкт – Петербург  
2020 г.

## **Раздел 1. Пояснительная записка.**

### **1.1 Нормативно-правовые документы, на основе которых разработана программа:**

- «Семейный кодекс Российской Федерации» от 29.12.1995 N 223-ФЗ;
- Федеральный закон от 24 июня 1999 N 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 29 декабря 2012 N 120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних»;
- Указ Президента Российской Федерации от 29.05.2017 г. N 240 «Об объявлении в Российской Федерации Десятилетия детства»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. №1726-р концепция развития дополнительного образования детей;
- Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (Зарегистрировано в Минюсте России 29.11.2018 N 52831);
- Приказ Минобрнауки РФ от 23.08.2017 №816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» (утв. Главным государственным санитарным врачом РФ 4 июля 2014 г. N 41);
- Письмо Минобрнауки России от 10.02.2015 №ВК-268/07 «О совершенствовании деятельности центров психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи» (вместе с «Рекомендациями Министерства образования и науки РФ органам государственной власти субъектов Российской Федерации в сфере образования по совершенствованию деятельности центров психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»);
- Распоряжение Комитета по образованию Санкт-Петербурга от 01.03.2017г. №617-р «Об утверждении Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ в государственных образовательных организациях Санкт-Петербурга, находящихся в ведении Комитета по образованию»;
- Инструктивно-методическое письмо Комитета по образованию Санкт-Петербурга от 16.03.2020г. N03-28-2516/20-0-0 «О реализации организациями, осуществляющими образовательную деятельность, образовательных программ с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий»;
- Устав ГБУДО ЦППМСП Колпинского района СПб;

- Лицензия на образовательную деятельность.

## **1.2 Направленность программы.**

Направленность программы: социально-педагогическая.

## **1.3 Актуальность.**

**Актуальность программы** определяется ростом числа учащихся подросткового возраста, имеющих проблемы адаптации в школьной и личной жизни, связанные с низким уровнем развития коммуникативных навыков, слабой сформированностью моральных представлений и отсутствием опыта построения конструктивных взаимоотношений со сверстниками и взрослыми, и проявлением признаков агрессивного поведения. Совокупность этих факторов является угрозой формирования агрессивности как качества личности. Своевременная и компетентная помощь такой категории подростков «группы риска» со стороны взрослых (родителей, педагогов и специалистов) позволяет предупредить их социальную дезадаптацию и грубые нарушения личностного развития.

## **1.4. Отличительные особенности.**

Учебная деятельность строится с учетом индивидуально-психологических особенностей учащихся. Занятия должны проводиться в свободной форме и вызывать у подростков живой интерес. Важнейшим условием реализации программы является взаимодействие психолога, педагогов и родителей.

Развивающее обучение, построение работы в соответствии с конкретным педагогическим замыслом; интеграция разнообразных видов деятельности, творческая организация образовательной деятельности учащихся; использование информационно-коммуникационных технологий. При составлении программы учитывались требования ФГОС основного общего образования (5-9 классы), а именно на становление личностных характеристик учащегося: социально активный, уважающий закон и правопорядок, соизмеряющий свои поступки с нравственными ценностями, осознающий свои обязанности перед семьей, обществом, Отечеством; уважающий других людей, умеющий вести конструктивный диалог, достигать взаимопонимания, сотрудничать для достижения общих результатов.

## **1.4 Адресат программы.**

Возраст учащихся, занимающихся по программе – 11- 14 лет.

Огромное значение в этом возрасте приобретает общение со сверстниками, которое становится острой потребностью подростка и связано с его многими переживаниями. Общение с товарищами - источник не только появления новых интересов, но и становления норм поведения. Это связано с тем, что среди подростков возникают определенные требования к дружеским отношениям - к чуткости, отзывчивости, умению

хранить тайну, понимать и сопереживать. Исследования отечественных психологов показывают, что если существенные изменения в психологическом развитии младшего школьника связаны прежде всего с учебной деятельностью, то в психологическом развитии подростка основная роль принадлежит устанавливающейся системе социальных взаимоотношений с окружающими. Известно, что одна из важнейших особенностей подросткового периода - бурное физическое и половое развитие, которое осознается и переживается подростками. Так, под влиянием усиленного функционирования желез внутренней секреции повышается возбудимость их нервной системы. Поэтому в этом возрасте нередко наблюдается повышенная раздражительность, чрезмерная обидчивость, вспыльчивость, резкость и т.д.

### **1.5 Цель и задачи программы.**

**Цель программы:** оказание психологической помощи учащимся в преодолении трудностей в общении и изменении стереотипов агрессивного поведения.

**Задачи программы:**

**Обучающие:**

1. Осознание подростками неконструктивности используемых ими форм агрессивного поведения и необходимости повышения собственной коммуникативной компетентности и приобретения навыков социального взаимодействия.
2. Обучение навыкам саморегуляции и самоконтроля, позволяющим грамотно проявлять свои эмоции и сдерживать агрессивные реакции.
3. Обучение эффективным стратегиям преодоления трудностей.

**Развивающие:**

1. Развитие способности понимать переживания, эмоциональные состояния и интересы как свои собственные, так и других людей.
2. Развитие морально-нравственных представлений.
3. Развитие способности сохранять уверенность в себе при переживании неудач.

**Воспитательные:**

1. Преодоление имеющихся трудностей в построении взаимоотношений со сверстниками, педагогами и взрослыми.
2. Воспитать чувство ответственности за свое поведение в общении с окружающими.

### **1.6 Условия реализации программы**

Учащиеся зачисляются в группу на основании заявления родителей/законных представителей, договора с образовательным учреждением района, по результатам диагностического обследования. Дополнительная образовательная программа рассчитана на 12 занятий. Занятия проходят 1 раз в неделю, продолжительностью 45 минут или 90 минут (уплотнение программы).

Наполняемость группы – от 9 человек.

В содержание занятий включен показ на интерактивной доске презентаций, видеороликов, где непрерывное использование компьютерной техники не превышает 15 минут.

Программа может реализовываться индивидуально и (или) в групповой форме, аудиторно и (или) внеаудиторно (с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий).

### **1.7 Кадровое и материально-техническое обеспечение занятий**

Программу реализует педагог-психолог. Необходимым условием проведения занятий является наличие специально оборудованных кабинетов: *Учебный мультимедиа-комплекс.*

### **1.8 Планируемые результаты**

Ожидаемый результат по окончании курса программы заключается:

#### **Личностные**

- Социально-личностное продвижение ребенка - повышение уровня социальной адаптации, социальной компетенции, саморегуляции, успешной интеграции в социум:

#### **Предметные**

- способность к произвольной регуляции поведения и деятельности;
- адекватная позитивная самооценка;
- хорошо развитые коммуникативные способности и навыки социального взаимодействия.

#### **Метапредметные**

- способность к адекватным эмоциональным переживаниям успеха и неудачи;
- сформированность морально-нравственных представлений.

## **Раздел 2. Учебный план**

N n/n	Название разделов	Кол-во часов			Формы контроля
		всего	теория ауд/внеауд	практика ауд/внеауд	
<b>1</b>	Организационный	1	0.7	0.3	Анкетирование учащихся
<b>2</b>	Основной	10	3	7	Учет результатов достижений на протяжении всего курса программы каждого учащегося и группы в целом
<b>3</b>	Итоговое занятие	1	0.7	0.3	Анкетирование учащихся

					Анкетирование педагогов
--	--	--	--	--	-------------------------

### Основной раздел программы

№ п/п	Тема занятия	Кол-во ак. часов	Формы контроля
1.	« Конфликты вокруг нас »	2	Заключительный шеренг
2.	«Учимся разрешать школьные конфликты»	2	Заключительный шеренг
3.	«Мама, папа, Я – дружная семья (учимся разрешать конфликты с родителями и родственниками)»	2	Заключительный шеренг
4.	«Заклятые враги и верные друзья (учимся не ссориться с друзьями)»	2	Заключительный шеренг
5.	«С улыбкой по жизни (мы готовы к любым неприятностям)»	2	Заключительный шеренг

### Раздел 4. Оценочные и методические материалы

**Диагностическое обеспечение программы:** основными способами получения сведений о благополучии учащихся являются: психологическое обследование, наблюдение, опрос, анализ документов.

#### *Психологическое обследование*

##### *Методы исследования межличностного общения*

Значительную часть информации можно получить от преподавателей и классных руководителей. Такие сведения могут быть представлены в письменной или устной форме. Также материалы могут быть получены в процессе консультативной работы с родителями учащегося.

Однако необходимо дополнить полученные сведения специальными методиками, например можно использовать социометрию.

Социометрия - методика, направленная на изучение социального статуса подростка в группе. Методика позволяет оперативно выявить учащихся с нарушениями межличностного общения и оказать им помощь в адаптации, что, в свою очередь, позволит уменьшить риск развития различных девиаций.

##### *Методы изучения личности*

- Опросник Р. Кеттелла (детский, подростковый вариант) ориентирован на изучение различных сторон жизни подростка и его взаимодействия с другими людьми.
- Тест акцентуации характера позволяет определить степень выраженности каждого типа акцентуаций путем построения графика «Рисунок личности».
- Методика «Прогноз», позволяющая определить уровень нервно-психической устойчивости учащегося.
- Многоуровневый личностный опросник «Адаптивность» используется для определения адаптационного потенциала личности, а также выявления склонности к девиантным формам поведения.
- Тест определения уровня тревожности Спилберга-Ханина используется для определения уровня личностной и реактивной тревожности.
- Диагностика состояния агрессии у подростков. Опросник «Басса-Дарки».

**Наблюдение** занимает ведущее место в арсенале методов, которые могут использоваться не только психологами, но и социальными педагогами, а также преподавателями. В педагогическом процессе наиболее удачным является стандартизированное наблюдение.

**Опрос** представляет собой метод, основанный на получении необходимой информации от самих обследуемых путем вопросов и ответов.

**Беседа** — вариант опроса, от опроса метод беседы отличается большей свободой проведения процедуры. Как правило, беседа проводится в непринужденной обстановке, а содержание вопросов изменяется в зависимости от ситуации и особенностей испытуемого.

**Анализ документов** позволяет получить дополнительную информацию. Речь идет о медицинской карте учащегося, личном деле, классном журнале, психологической карте, и т.д.

## **Раздел 5. Список литературы.**

1. Агрессия детей и подростков / Под ред. Н.М.Платоновой.- СПб., 2004.
2. Бреслав Г.Э. Психологическая коррекция детской и подростковой агрессивности.- СПб., 2004.
3. Выготский Л.С. Детская психология. Собр. соч.: В 6т. - М., 1984.
4. Грецов А. Тренинг общения для подростков.- СПб.: Питер, 2006.
5. Желдак И.М., Игумнов С.А. Групповая психотерапия эмоциональных и поведенческих расстройств в детском возрасте. Метод. Рекомендации. - Минск, 1997.
6. Клюева Н.В., Касаткина Ю.В. Как научить детей общению. Характер, коммуникабельность. - Ярославль, 1999.
7. Колосова СЛ., Детская агрессия. - СПб., 2004.
8. Кэмпбелл Р. Как справиться с гневом ребенка. - М., 1998.

9. Осипова А.А. Манипуляции в общении.- Ростов на Дону, 2005.
10. Психогимнастика в тренинге / Под ред. Н.Ю.Хрящевой. - СПб., 2000.
11. Сартан Г.Н. Тренинг самостоятельности у детей. - М., 2000.
12. Смирнов Р. Групповая работа с детьми и подростками.- М., 1999.
13. Фопель К. Как научить детей сотрудничать. Психологические игры и упражнения. -М., 1998.
14. Фурманов И.А. Детская агрессивность: психодиагностика и коррекция. Минск, 1996.
15. Чистякова М.И. Психогимнастика. - М., 1995.
16. Школьная дезадаптация: эмоциональные и стрессовые расстройства у детей и подростков / Под ред. А.А.Северного, В.М.Вострокнутого и др.- М., 1993.